

**CAMBIO DE DÓLAR** Compra: S/3.71 Venta: S/3.74

**CAMBIO DE EURO** Compra: S/4.06 Venta: S/4.17

**HOY GRATIS**

SUPLEMENTO DE JUEGOS PARA TODA LA FAMILIA

**JUEGA con ojo**

PÁGS. 10 y 11

# MATAN A BALAZOS A INGENIERO

POLICIAL  
pág. 6

Familia sospecha que se trate de una venganza porque no se llevaron su lujosa camioneta



# VENEZOLANOS PASAN LA NOCHE EN LA PUERTA DE SU EMBAJADA EN LIMA



# DUERMEN EN LA CALLE

► **VIVEN DRAMA POR SUSPENSIÓN DE ATENCIÓN CONSULAR** QUE LES IMPIDE TRAMITAR PASAPORTES Y OTROS DOCUMENTOS

► **REUNIÓN DE LA OEA RECHAZÓ LA PROPUESTA** QUE ORDENABA A VENEZUELA PUBLICAR LAS ACTAS ELECTORALES

IMPACTO  
pág. 3



**SECRETARIO GENERAL DE LA OEA PIDIÓ A LA CORTE PENAL INTERNACIONAL DETENER A NICOLÁS MADURO**



OJOSHOW  
pág. 18

Tarazona sigue coqueteando con Christian Domínguez

**KARLA: "BESO FUE PRODUCTO DE LA EMOCIÓN"**



**U PIERDE CON BRONCA**

CRACK  
pág. 14

Cayó 1-0 ante Melgar en Arequipa





## OPINAN LOS LECTORES

¿Cree que Nicolás Maduro solo dejará el poder en Venezuela con un golpe o una invasión militar?

SÍ 89%  
NO 11%

Responde en [www.ojo.pe](http://www.ojo.pe)

¿Cree que se vendrá una nueva ola masiva migratoria de venezolanos al Perú por la crisis en Venezuela?

X TWITTER

PEDRO YARANGA  
Analista en seguridad  
X @Pedro\_vrae



"En Venezuela, todo depende de la posición que tomarán los integrantes de las Fuerzas Armadas. Es cierto que la cúpula está con (Nicolás) Maduro, por compartir el poder y la corrupción a gran escala; pero los mandos medios y la Policía Nacional sufren al igual que la población".

## LA CRUDA REALIDAD

## VENEZOLANOS EN LA INCERTIDUMBRE

Es lamentable la situación por la que están pasando los venezolanos en el Perú luego que el gobierno de Nicolás Maduro rompiera las relaciones diplomáticas con nuestro país. Son más de 1.5 millones los venezolanos que radican en el Perú y que viven ahora en la incertidumbre debido a esta crisis diplomática que ha llevado al cierre de la embajada de Venezuela en Lima. La madrugada de ayer, el personal diplomático fue retirado del inmueble mientras que decenas de venezolanos, que estaban a la espera de sacar una cita para tramitar o recoger su pasaporte, pasaron la noche en los exteriores de dicha institución a la espera de información sobre su situación legal y sus trámites documentarios. En medio de esta crisis política, los ciudadanos venezolanos en el Perú son los más perjudicados ya que se han quedado prácticamente desamparados por parte de las autoridades de su país de origen. Desde la Cancillería se debe buscar, en la medida de lo posible, una solución al tema documentario.



REDACCIÓN OJO  
[redaccion@prensamart.pe](mailto:redaccion@prensamart.pe)

## INGRESAN PROYECTO DE LEY AL CONGRESO

## INSISTEN CON CAMBIAR NOMBRE AL MINISTERIO DEL INTERIOR

El Poder Ejecutivo ingresó ayer al Congreso el proyecto de ley con el que pretende cambiar de denominación al Ministerio del Interior (Mininter) y pasar a llamarlo Ministerio de Seguridad Pública. En tanto, el Ministerio de Vivienda, Construcción y Saneamiento y el Ministerio de Transportes y Comunicaciones no están la lista de ministerios a ser fusionados, reveló el titular del último, Raúl Pérez Reyes. Se pasará de los actuales 18 ministerios a 17, declaró a RPP.

## CONGRESISTA PORTALATINO SERÍA LLEVADA A LA FUERZA

## Fiscalía jala al "amor" de Cerrón

ojo al dato

De no ir mañana, sería denunciada por delito contra la administración pública, en calidad de violencia y resistencia a la autoridad.

En caso de una nueva inasistencia injustificada, la Fiscalía advirtió que dispondrá "la conducción compulsiva o de grado o fuerza" de la legisladora, con el apoyo del personal de Requisitorias y de la Policía Judicial.

**FISCALÍA.** Apenas llegó desde Venezuela, adonde viajó como veedora de las elecciones presidenciales del



domingo, Portalatino acudió a la sede fiscal y se aclaró que su citación es para mañana.

Expresó su "rechazo" a "las maniobras tendenciosas del Ministerio Público" y denunció que la notificación de la citación llegó fuera del horario laboral en un

intento de armar un "show mediático".

Afirmó allanarse, que colabora con la investigación y desmintió cualquier intento de obstruir a las pesquisas en el caso de lavado de activos y organización criminal que involucra a Vladimir Cerrón.



## FOTONOTICIA

## GOBIERNO COBRARÁ IGV POR VER NETFLIX

Con facultades que le delegó el Congreso para ello, el Gobierno aprobó un decreto legislativo para cobrar, a través de bancos, el 18 % de IGV a servicios digitales como Netflix, lo que encarecerá el entretenimiento de millones de peruanos.



FOTO: OJO

## OJOS&amp;OÍDOS

**DEMORA.** El titular del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social, Julio Demartini, reveló a que el aumento de S/100 en Pensión 65, anunciado por Dina Boluarte, se dará recién el próximo año, en que la subvención pasará de S/250 a S/350 bimensuales.

**ASU.** Por plantear que expresidentes corruptos sean fusilados y excluir y perseguir a inmigrantes y LGTBIC+, la Fiscalía de la Nación demandó a la Corte Suprema que declare ilegal al partido A.N.T.A.U.R.O., de Antauro Humala, impida su reinscripción, cierre sus locales e inhabilite a sus dirigentes.

**REPARTIJA.** La Junta de Portavoces se reunirá este lunes para que las 13 agrupaciones parlamentarias se repartan las 24 comisiones del Congreso en el período legislativo 2024-2025. Se ratificará la distribución, indicó el titular del Congreso, Eduardo Salhuana.

**DE LADO.** Dina Boluarte no será invitada a la juramentación de Claudia Sheinbaum como presidenta de México. Sheinbaum explicó que mantiene la postura del gobierno de Andrés Manuel López Obrador, quien cuestiona la legitimidad de Boluarte.



## Aumento del sueldo mínimo está más cerca

El Consejo Nacional de Trabajo sesionará a partir de la segunda semana del presente mes para evaluar el incremento de la remuneración mínima vital (hoy de S/1025), conforme a lo anunciado por la presidenta Dina Boluarte, reveló el ministro de Trabajo y Promoción del Empleo, Daniel Maurate.



■ Daniel Maurate anunció reunión, mas el aumento está en manos del Ejecutivo.



**U**n duro golpe recibió la oposición antichavista en Venezuela, que denuncia un fraude electoral, cuando el Consejo Permanente de la Organización de los Estados Americanos (OEA) no aprobó una resolución que demandaba "transparencia" al gobierno de Nicolás Maduro y que el Consejo Nacional Electoral (CNE) publique las actas de "cada centro de votación".

Se requerían 18 votos a favor, pero solo se tuvo 17.

Los 17 países que votaron a favor fueron: Argentina, Canadá, Chile, Costa Rica, Ecuador, El Salvador, Estados Unidos, Guatemala, Guyana, Haití, Jamaica, Panamá, Paraguay, Perú, República Dominicana, Surinam y Uruguay.

Once se abstuvieron: Barbados, Belice, Bolivia, Brasil, Colombia, Granada, Honduras, San Cristóbal, Santa Lucía, Antigua y Barbuda, y Bahamas. Cinco no acudieron: Dominica, México, San Vicente y las Granadinas, Trinidad y Tobago, y Venezuela.

El canciller del Perú, Javier González-Olaechea ratificó que para su gobierno en Venezuela se registró un

■ Canciller peruano criticó a quienes se abstuvieron.



**NO APRUEBAN RESOLUCIÓN CONTRA FRAUDE Y CONTINUÁN PROTESTAS EN VENEZUELA, DONDE HAY 16 MUERTOS**

## Países "amigos" blindan a Maduro



■ María Corina Machado llamó a la movilización de "comanditos" antichavistas.

**ojo al dato**

Aurora Silva, esposa del dirigente opositor Freddy Superalo, no sabe dónde está desde que lo secuestraron hace 27 horas.

fraude electoral. Defendió a la oposición venezolana y dijo que para el Perú "Edmundo González es el verdadero y legítimo presidente electo de Venezuela".

"Agradezco al pueblo peruano, a su gobierno y a su canciller Javier González-Olaechea por su firme defensa a la causa democrática en Venezue-

la y el respeto a la soberanía popular expresada de manera masiva y contundente el 28 de julio. ¡Vamos a lograr que se respete la verdad y sabemos que contamos con Perú!", tuiteó la lideresa de la oposición llanera, María Corina Machado.

**MUERTES.** Machado alertó sobre "más de 177 detenciones arbitrarias, 11 desapariciones forzadas y al menos 16 asesinatos en las últimas 48 horas". Anoche, la prensa informó que las muertes por la represión subieron a 17.

Las protestas seguían en las calles. Maduro prometió mostrar el 100 % de actas electorales que jura le dan el triunfo y dijo que "Niño Guerrero", líder de "El Tren

**1062**

**DETENIDOS**  
Había hasta ayer por protestas, dijo el fiscal general de Venezuela, Tarek Saab.

de Aragua", causa violencia por orden de Estados Unidos. Acotó que en Perú y Chile entrenan a opositores para generar desmanes en Venezuela.

A Estados Unidos "se le está agotando su paciencia" de esperar las actas de la votación, advirtió en Washington el viceportavoz del Departamento de Estado, Vedant Patel.

**IMPACTO** | 3



■ No tienen acceso a la obtención de documentos.

**INCERTIDUMBRE POR SUS TRÁMITES**

## Venezolanos duermen en puerta de embajada

Un drama viven los venezolanos que residen en el Perú y urgen tramitar documentos, debido a la suspensión indefinida de la atención en la embajada de Venezuela en Lima, a consecuencia de la crisis y la ruptura de relaciones diplomáticas entre ambos países. Pese al aviso de la oficina consular, decenas de llaneros pernoctaron afuera de la sede de la avenida Arequipa, en el Cercado de Lima. Ante la incertidumbre, la mayoría acudió en búsqueda de una solución o información sobre cómo obtener documentos como pasaportes o visas.



■ Muchos necesitan sus pasaportes para viajar.

"Ahorré más de un año y medio para tramitar uno de los pasaportes más caros del mundo (500 dólares) y no sabemos qué va a pasar", declaró una afectada.

Al ser cuestionado sobre si se flexibilizarán las medidas de ingreso migratorio, el canciller Javier González-Olaechea dijo que se debe analizar caso por caso y consideró que Perú no está preparado para un nuevo éxodo de llaneros.

Ayer, Venezuela ordenó la suspensión de vuelos Lima-Caracas, por lo que los viajes programados fueron cancelados.



**LUIS ALMAGRO ACUDE A CORTE PENAL INTERNACIONAL**

**PIDEN DETENER A DICTADOR POR BAÑO DE SANGRE**



El secretario general de la Organización de los Estados Americanos (OEA), Luis Almagro, solicitó anoche a la Corte Penal Internacional (CPI) que presente cargos de imputación con orden de aprehensión contra los responsables, incluyendo el presidente Nicolás Maduro, sobre las muertes ocurridas en Venezuela tras las elecciones del último domingo.

Los venezolanos que pernoctan alrede-

dor de la embajada de Venezuela en Lima dieron vivas al pedido contra Maduro. La CPI, con sede en Países Bajos, procesa y condena a genocidas y violadores de derechos humanos.

"Maduro anunció un baño de sangre, lo cumplió, lo está cumpliendo", exclamó, al precisar que es el momento de que el mandatario venezolano sea detenido y procesado por sus crímenes.





**MATAN A JALADOR.** Dos sicarios en moto asesinaron de varios disparos a un jalador y cuidador en un terminal de buses de transporte interprovincial en un descampado, en Zapallal, en Puente Piedra. Juan Carlos Álvarez Chávez (54) fue atacado cuando estaba cerca del paradero Fundación.



AL GRANO

### SALE MONEDA DE UN SOL POR BATALLA DE JUNÍN

Una nueva moneda de S/1 que conmemora el Bicentenario de la histórica Batalla de Junín lanzó el Banco Central de Reserva (BCR). En una de sus caras se ve el busto de un soldado "Húsares de Junín" y el Monumento a los Vencedores de Junín.



### LLOVIZNA HACE PERDER EL CONTROL A CHOFER DE BUS

Un bus de la empresa de transporte conocida como "Los Loritos" se despistó ayer, en el cruce de las avenidas Universitaria con La Mar, en San Miguel. Según testigos, el conductor perdió el control, a causa de las pistas mojadas por la llovizna.



### PERUANOS USAN MÁS APPS PARA MOVILIZARSE

Los peruanos usan apps de movilidad al menos dos veces por semana, de acuerdo a información de la plataforma DiDi. Además, el 64 % utiliza este servicio porque lo considera "un medio de transporte seguro".

PROVOCABAN MALES ESTOMACALES Y NÁUSEAS EN CONSUMIDORES

## Policía incauta stevia bamba

✦ AURORA CARUAJULCA  
aurora.caruajulca@prensamart.pe

**C**onfiaban en que cuidaban su salud, pero estaban haciendo un daño a su organismo.

La stevia, utilizada como edulcorante natural en alimentos y bebidas, es uno de los productos más falsificados en el Perú.

En lo que va del año, en diversos operativos policiales a nivel nacional, los agentes incautaron más de 5 toneladas de stevia bamba, que se vendían en mercados de Lima y provincias.

De acuerdo a la data policial a la que **OJO** tuvo acceso, se reportaron al menos 36 presuntos casos de intoxicación y enfermedades a causa del consumo de este falso producto.

**ATENTADO.** "Es un grave atentado contra la salud de pacientes diabéticos o personas con sobrepeso y obesidad, quienes son sus



■ Usaban productos químicos de dudosa procedencia.

**ojo al dato**

Un total de 10 almacenes fueron clausurados por las autoridades por atentar contra la salud de diabéticos y público en general.



principales consumidores. Estos productos falsos pueden causar males cardíacos, alergias, náuseas, irritaciones, enfermedades del estómago, entumecimiento", anotó la nutricionista Patricia Aguilar.

En los operativos se detec-

taron una serie de fábricas clandestinas que abastecían a los mercados de medicinas bamba. Los agentes hallaron grandes lotes de diferentes tamaños y versiones de la falsa stevia. Todos se encontraban embalados y listos para ser distribuidos.

Algunos de los insumos químicos que usaban para falsificar eran azúcar refinada mezclada con otros componentes químicos de dudosa referencia.

Un total de 32 personas fueron intervenidas y vienen siendo investigadas por el delito contra la salud pública, cuya condena oscila entre los cuatro y ocho años de cárcel.



■ Se especializan sobre todo en orden público.

ESTUDIANTES SE GRADÚAN DE LA PNP

## Mujeres policías para combatir la inseguridad

Un total de 476 estudiantes femeninas se graduaron de manera excepcional de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú (PNP), ubicada en San Bartolo, y se incorporarán como agentes para la seguridad ciudadana. "Del total de egresadas, 395 se especializaron en orden público y 81 en investigación criminal, lo que les permitirá reforzar las labores de seguridad ciudadana en el país", señaló el Ministerio del Interior. Tres de las integrantes de la promoción fueron reconocidas por ocupar los primeros puestos.



■ Concesionarios dijeron que buses dejarían de circular por crisis financiera.

## Suspenden paralización del Metropolitano

Tras el término de una mesa de trabajo, la Autoridad de Transporte Urbano de Lima (ATU) llegó a un acuerdo con los concesionarios de los buses del Metropolitano para seguir dialogando. Por ello, la paralización del servicio fue suspendida.

### TENDENCIA ADULTOS COMPRAN MÁS JUGUETES

A nivel mundial, el 43 % de adultos compraron juguetes para sí mismos en el último año, principalmente por diversión, socialización y coleccionismo; y los consumidores mayores de

18 gastan 1500 millones de dólares, según un estudio de Circana. Esta tendencia, refiere Miguel Ángel Estupiñán, Gerente Comercial de LEGO en Perú, también se observa en el país pues, en base a sus datos, un tercio de sus ventas la hacen millennials, de 30 a 42 años.



### EN SISTEMA DE TRANSPORTE ATU IMPULSA PARQUEO PARA BICICLETAS

Con el objetivo de fomentar la movilidad sostenible y el transporte intermodal, la Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) aprobó la "Guía para la implementación de cicloparqueaderos en los servicios de transporte masivo del SIT".





■ Universidad recibirá inscripciones hasta el 16 de agosto.

**DIRIGIDO A JÓVENES DE BAJOS RECURSOS**

## San Marcos dará mil becas para examen de admisión

Para el examen de admisión 2025-I, la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) brindará mil becas de exoneración de pago a jóvenes de escasos recursos económicos que estén interesados en postular a una carrera profesional de las que ofrece. Pueden acceder a este beneficio los primeros y segundos puestos de colegios públicos, estudiantes con un nivel socioeconómico bajo y alto rendimiento académico, y otras personas que cumplan lo requerido por la Oficina Central de Admisión (OCA) de la casa de estudios. Las inscripciones estarán abiertas hasta el viernes 16 de agosto y para más información debe acercarse a la OCA, ubicada en el Callao.

■ **GRECIA LLANOS**  
grecia.llanos@prensamart.pe

**N**ala, una perrita serena de la Municipalidad de La Molina, fue agredida por sujetos que estaban ingiriendo bebidas alcohólicas y alterando el orden público.

El ataque ocurrió el último martes cuando patrullaba, junto a los miembros del Serenazgo, la losa deportiva Cabo Billy de la primera etapa de Musa donde, según las quejas de los vecinos, personas bebían licor en la vía pública a plena luz del día y en presencia de niños.

Al comprobar su presencia, el superior José Martínez, supervisor de la brigada canina, detalló que se acercaron para disuadirlos, pero se pusieron agresivos.

Tal como quedó registrado por las cámaras, los cuatro hombres tratan de acorralar a los serenos y canes, y de pronto, uno patea a Nala y otro agarra una contundente piedra y la golpea en la cabeza.

**CAN ES PARTE DEL CUERPO DE SERENAZGO DEL DISTRITO**

# Atacan a perrita Nala en La Molina



■ Perrita sufrió fisura en la porte frontal de su cabeza.

**ATENDIDA.** Los serenos llevaron a la perrita hasta la veterinaria municipal donde le diagnosticaron fisura en la

parte frontal, por lo que recibirá tratamiento. Sus 16 compañeros de cuatro patas, de la brigada canina, la esperan

**ojo al dato**

En las imágenes, además de Nala, había otro can de la unidad. Los agresores intentaron atacarlo también y a lo serenos.

para seguir patrullando.

“Repudiamos la agresión a Nala y contra cualquier otro animal. La Molina es un distrito pet friendly. No pararemos hasta dar con los agresores”, señaló el alcalde de La Molina, Diego Uceda.

Los agresores, en tanto, están en proceso de ser identificados.

**Sigue cuidando tu salud con estas megaláminas.**

**REMEDIOS NATURALES CONTRA EL RESFRÍO**

5

1. PLANTAS PARA TRATAR PROBLEMAS DIGESTIVOS

2. BENEFICIOS DEL CONSUMO DE PIÑA

3. LA SANADORA CEBADA

4. QUÉ BENEFICIOS TIENEN LAS AGUAS TERMALES EN LA SALUD

5. REMEDIOS NATURALES CONTRA EL RESFRÍO

6. LAS PROPIEDADES DEL CLORURO DE MAGNESIO

7. ALIMENTOS PARA EVITAR LOS CALAMBRES

8. CÓMO DEBEN ALIMENTARSE LOS ADOLESCENTES

9. ALIMENTACIÓN DE LA MADRE EN LA LACTANCIA

10. APOORTE NUTRICIONAL DEL FREJOL CHIVATITO

Son 10 nuevas entregas coleccionables en las que te daremos la receta para sentirte saludable.

**Liévalas GRATIS todos los LUNES Y VIERNES**

Por la compra de tu diario **OJO**

**1**

19 JUL

**2**

22 JUL

**3**

26 JUL

**4**

29 JUL

**5**

2 AGO

**6**

5 AGO

**7**

9 AGO

**8**

12 AGO

**9**

16 AGO

**10**

19 AGO

\*Distribución a nivel nacional. Razón social: PRENSAMART S.A.C. RUC: 20100087945





## AL GRANO



## CAMINABA A SU CASA Y MUERE ATROPELLADO

Trágica muerte encontró Miguel Domingo Montes Saldaña, un estibador de un mercado luego de que un ómnibus de transporte público lo atropelló cuando volvía a su casa, en San Martín de Porres.



## HERMANOS ASALTAN CON UNA PISTOLA ROBADA EN CRIMEN

Los hermanos Carlos (24) "Chicho", y Abel (34) "Petete" Franco Sánchez, de "Los Rapis de Mi Perú", cayeron en Ventanilla. Se les halló un celular y el arma de fuego que le pertenecía a Hugo Cueva, asesinado el 18 de abril del 2023 en Ventanilla.



## DETIENEN A TRES DE BANDA DE EXTORSIONADORES

La Policía atrapó a Christian Cerde Casimiro (25), "Nero"; Jhonatan de la Cruz Neyra (29), "Flaco"; y Bruno Pallas Muñoz (25), "Grande", que se dedicaban a extorsionar en San Juan de Lurigancho.

LE DISPARARON EN EL CORAZÓN Y SOLO SE LLEVARON SU CELULAR

## Matan a ingeniero dentro de camionetón

REDACCIÓN OJO  
redaccion@prensamart.pe

De un balazo en el corazón, un ingeniero electrónico fue asesinado, en Comas, aparentemente en un intento de robo de su camioneta de alta gama que recientemente compró. Pero la madre de la víctima sospecha que a su hijo lo mataron por encargo, pues tenía un seguro de vida por una fuerte suma de dinero.

La noche del martes, un pistolero atacó a Ricardo Filomeno Berrospi Armas (26) cuando estaba al volante de su camioneta Toyota Fortuner, color gris oscuro, en la cuadra dos del jirón Francisco Herrera. Vecinos de la zona vieron dos autos, oscuro y pumo, huir tras el homicidio. A los segundos del hecho de sangre, una joven enfermera llegó a la escena del crimen gritando y pidiendo auxilio porque dijo ser familiar del herido. La víctima fue llevada a la clínica Universitaria pero no sobrevivió al atentado.

**EXTRAÑO ROBO.** El asesino solo se llevó el celular personal del ingeniero.



Delinquentes no se llevaron el vehículo de alta gama.

## ojo al dato

Ricardo tenía problemas con la madre de su hijo de tres años de edad porque le ponía trabas para verlo.

Hecho que resulta extraño para la Policía y los familiares del occiso, pues no se llevaron la camioneta, ni el celular de la empresa minera donde Ricardo Berrospi trabajaba.

"Quiero que se investigue,

que no lo archiven. Es un asesinato, no un asalto", dijo una desconsolada Celinda Armas sobre la muerte de su hijo.

Manifestó que no conoce a la señorita que llegó al lugar del crimen y dijo ser un familiar.

A las 8 y 30 de la noche, Ricardo Berrospi salió de su casa en Los Olivos y llegó a Comas por motivos que su madre ignora.

"Lo estuve esperando hasta la medianoche pero cuando dormía la mamá de mi nieto que vive en Huaraz, Áncash, me llamó para decirme que Ricardo había fallecido" narró.

víctima en un hostel. Juan Jaime Calderón Montoya (53) cayó cuando pretendía huir del hospedaje. La mujer fue captada cuando iba a comprar pan. Silvio Celis Romerí (63), propietario del hostel, y su hijo Silvio Celis Salazar (27) también fueron detenidos.

## TRES DETENIDOS ACUSADOS DE SECUESTRO

Una mujer secuestrada fue rescatada por la Policía y el autor del plagio arrestado en Villa El Salvador. Efectivos de la comisaría de la urbanización Pachacámac encontraron a la



COLECCIÓN EXCLUSIVA

DREAMWORKS  
LA CASA DE MUÑECAS DE GABBY

¡YA ESTÁ EN TU QUIOSCO!

Séptima entrega:  
Escurrigato + Libro

Tapa dura

Precio exclusivo  
S/ 29.90

Sueña con un mundo lleno de imaginación y diversión con Gabby y sus amigos.

Válido a Nivel Nacional.  
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229815

Para adquirir el producto, deberá acercarse a su quiosco más cercano y/o, (i) ingresar a la página web Colecciones el Comercio <https://coleccioneselcomercio.pe/>; y/o, (ii) escribir al WhatsApp 988 070 096 / 922 957 466 y para adquirir cada una de las entregas se debe realizar el pago de S/29.90. Stock de 2.800 unidades en promedio por entrega de la colección. Válido a nivel nacional desde el 22 de junio hasta el 14 de septiembre de 2024.



© 2024 DreamWorks. All Rights Reserved. 2024 DreamWorks Animation LLC. All Rights Reserved.



CONTRA ISRAEL POR MUERTE DE LÍDER DE HAMÁS

GLOBAL

# Irán jura venganza

AGENCIAS OJO  
redacción@prensamart.pe

Israel mató en sendos atentados a Fuad Shukur, jefe militar del grupo chií Hezbolá, y a Ismail Haniyeh, líder político del grupo palestino Hamás, al primero en Beirut (Líbano) y al segundo en Teherán, capital de su archienemigo islámico Irán.

El primer ministro de Israel, Benjamin Netanyahu, se congratuló por el

**ojo al dato**

Israel está listo "para cualquier escenario" y "afrentar cualquier amenaza", advirtió Netanyahu en mensaje a la Nación.

asesinato de Fuad Shukur, el martes en un bombardeo en Dahye, bastión de Hezbolá. Civiles murieron con Shukur.



■ Ismail Haniyeh

Netanyahu no se refirió a Haniyeh, como suele suceder con Israel ante sus ataques selectivos contra Irán.

**MISIL.** Haniyeh murió ayer al ser alcanzado por un proyectil guiado desde el aire



■ Fuad Shukur

en Teherán, donde asistía a la toma de posesión del nuevo presidente de Irán, Masoud Pezeshkian.

El ayatolá Ali Khamenei, líder supremo de Irán, dio la orden de atacar a Israel en represalia por las muertes.

# INTERNACIONAL | 7

ESTADOS UNIDOS

## KAMALA HARRIS SUPERA EN ENCUESTA A TRUMP



**CHICAGO.** La candidata presidencial demócrata Kamala Harris supera al republicano Donald Trump en intención del voto de un sondeo en 7 estados clave. Trump acusó a Harris (de padre jamaicano y madre negra) de haberse "convertido en negra" para así ganar votos.



PERÚ

Ministerios de Justicia y Derechos Humanos

Superintendencia Nacional de los Registros Públicos

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Por el presente aviso se comunica a los interesados que ante la Oficina Registral de Jesús María, Zona Registral N° IX, Sede Lima, se ha iniciado el procedimiento de Saneamiento Catastral al amparo del Art. 62° del Reglamento de la Ley N° 28294, aprobado por D.S. N° 005-2006-JUS conforme al detalle que aparece en el cuadro siguiente:

DATOS	DETALLE
IDENTIFICACIÓN DEL PREDIO	Predio ubicado en el JR MOQUEGUA NUM 323 327, distrito de Cercado de Lima, provincia y departamento de Lima, inscrito en la partida electrónica N° 07013232 del Registro de Propiedad Inmueble de Lima.
ASIENTO EN EL QUE CORRE EXTENDIDA LA ANOTACIÓN PREVENTIVA Y EL ÁREA, LINDEROS Y MEDIDAS PERIMÉTRICAS REALES SANOTADOS	Asiento B00001 en el que se consigna que el predio tiene un área real de 389.73m2, encerrado dentro de los linderos y medidas perimétricas siguientes: Por el frente: Jr. Moquegua con 17.15ml. Por la derecha: LT CAT 037 con 6.65ml, 4.62ml y 23.40ml. Por la izquierda: LT CAT 007 con 6.10ml, 0.75ml, 23.30ml. Por el fondo: LT CAT 037 con 12.30ml.
TITULAR REGISTRAL DEL PREDIO Y TITULARES REGISTRALES O CATASTRALES DE LOS PREDIOS COLINDANTES	Titular registral del predio: INMOBILIARIA MIRFER S.A.C. Titulares catastrales de los predios colindantes: Por la derecha: Inmobiliaria Mirfer S.A.C.. Por la izquierda: Inmobiliaria Mirfer S.A.C. Por el fondo: Inmobiliaria Mirfer S.A.C.
N° DE TÍTULO QUE DA MÉRITO A LA ANOTACIÓN PREVENTIVA	Título N° 3719573 de 27/12/2023.

La presente publicación tiene por objeto que los interesados puedan formular oposición dentro del plazo de 30 días calendario, de acuerdo a lo previsto en el artículo 62 del Decreto Supremo N° 005-2006-JUS en la siguiente dirección: Av. Edgardo Rebagliati N° 561 - Jesús María. En caso de no formularse oposición en dicho plazo, se procederá a la inscripción definitiva del área, linderos y medidas perimétricas consignados en la anotación preventiva.

EDGAR SEPÚLVEDA MAREDES ALVA  
Registrador Público  
Zona Registral N° IX - Sede Lima

**GUÍA**

**SALUD**

¿SORDERA?  
**¡RECUPERA TU CLARIDAD AUDITIVA!**

AGENDA TU DESCARTE AUDITIVO GRATIS

¡APROVECHA!

DSCTO. en el 2do Audifono 20%

INVISIBLE DESDE \$1,550

Precio por un audifono

\*Dscto aplica en modelos seleccionados

**AudiPhone**  
CENTRO AUDIOLÓGICO

Audífonos medicados personalizados para cada nivel de pérdida auditiva.

**SAN ISIDRO** (01)410 8541  
Av. Javier Prado Este 167  
**SANTA ANITA** (01)543 9298  
Los Ruiseñores 468 Of. 501  
**LOS OLIVOS** (01)782 4440  
Carlos Izaguirre 1182 -1er. piso  
**PUEBLO LIBRE** (01)776 6785  
Av. José de San Martín 345  
**MIRAFLORES** (01)696 6573  
Calle Francisco de Paula Ugarriza 813  
Ofic 201 alt. cdra. 14 de 28 de julio  
**SAN MIGUEL** (01)657 3009  
Av. Elmer Faucett 188  
**S.J. LURIGANCHO** (01)657 6821  
Av. Pirámide del Sol 498 Urb. Zárate

**NUÉVIA SEDE TARAPOTO** (042) 612 934 Jr. Bolognesi 242 (Entre Jr. Alegría Años de Morey y Jr. Manuel Morey)  
**AYACUCHO** (066) 282 697 Jr. Sucre N° 371  
**AREQUIPA** (054) 299 977 Av. Ejército 107 Yanahuara  
**CHICLAYO** (074) 222 114 Alfonso Ugarte 676  
**TRUJILLO** (044) 308 617 Jr. Independencia 179 (Frente al Comedor UNT)  
**CUSCO** (084) 284 572 José Gabriel Cosío N9 Urb. Magisterio (Paradero Magisterio)  
**TACNA** (052) 638 443 Calle Blondell 425  
**HUANCAYO** (064) 410 954 Jr. Puno 166  
**JULIACA** 957 308 002 Jr. Jáuregui 522  
**ICA** 983 402 173 Calle Azháles Lt.8 Urb. San Isidro (alt.12 Av. San Martín)  
**PIURA** (073) 614 798 Andrés A. Cáceres 347 Urb. Sta Isabel (frente grifo Mega)

f / audiphone www.audiphone.pe 983 402 173



**FONOAVISOS**  
OJO

fonoavisos@comercio.com.pe

Anuncia llamando al

996942475





**ESTRELLA CAÍDA.** Huw Edwards (62), el periodista y presentador más conocido de la BBC, se declaró culpable de la "realización de imágenes indecentes de niños" entre diciembre de 2020 y abril de 2022. Un año después del escándalo que provocó su salida de la cadena pública británica, está acusado de poseer imágenes sexuales explícitas.

## NORUEGA



### MONTAÑA CAE POR PARTES Y VIENE TSUNAMI

➔ La montaña de Åkereset, un mastodonte mineral cubierto de musgo y arbustos, se viene partiendo. Su flanco oriental se desgaja hasta 10 centímetros por año y se desliza hacia las aguas del Sunnysfjord. En cualquier momento caerá y provocará un gran tsunami que amenaza poblados.

## MÉXICO



### UN PERRITO ES LLEVADO PRESO JUNTO A SU AMO

➔ Además de llevarse detenido a un hombre, buscado al estar acusado de presuntos crímenes, la Policía cargó también en una camioneta con el perro del sospechoso y ambos acabaron en una comisaría. El fiel perrito se fue contento a prisión, ya que está con su amo.

## FOTOLOCA



GLOBAL

## BOMBEROS SE JUEGAN LA VIDA ANTE VORACES INCENDIOS

➔ Los grandes incendios en Norteamérica (Estados Unidos y Canadá) y Rusia están obligando a evacuar a miles de personas, mientras los bomberos deben luchar para frenar las llamas y evitar que se reaviven cuando parecen controladas. En California, Estados Unidos, 4800 bomberos se han movilizado, y en Canadá al menos otros dos incendios siguen activos en el Parque de Jasper. Rusia oriental sufre incendios que aumentaron las emisiones de carbono y de humo.

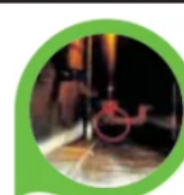
## BRASIL



### PIERDE CONCURSO DE BELLEZA Y SU PAPÁ BALEA AL JURADO

➔ Indignado porque su hija fue relegada al cuarto lugar en el concurso "Reina del Rodeo" en Altamira, el ganadero Sebastião dos Reis Francisco (42) se enfrentó al jurado que, ante la violencia de sus palabras, llamó a la Policía. Más molesto, el ganadero sacó su arma de fuego y disparó contra los miembros del jurado sin impactarlos porque un policía lo abatió a balazos. Llevado a un hospital, el padre de familia falleció por sus heridas.

## MÉXICO



### DUENDES BAILAN EN LA OSCURIDAD

➔ Un video captado por un taxista muestra a tres pequeñas figuras que serían duendes, Corrían en medio de la noche con movimientos acrobáticos imposibles en los niños.

## ASÍ FUE

ESTADOS UNIDOS



### ABANDONA A SU BEBÉ Y DICE QUE FUE POR "AMOR"

➔ La guatemalteca Everilda Cux-Ajtzalam (18) dio a luz detrás del camión de comida donde trabaja y dejó a su bebé en una bolsa de basura que tiró a un contenedor, en Texas. Un transeúnte oyó el llanto del bebé y llamó a la Policía, que llevó al niño a un hospital. La mujer quedó detenida y se "justificó" al decir que actuó por amor, ya que temía que su novio la deje al conocer que tuvo un bebé.

## SABÍAS QUE...

LOS POLLOS RONRONEAN DE FORMA MUY PARECIDA A LA DE LOS GATOS?

CUANDO UN POLLO ESTÁ FELIZ Y CÓMODO, Y SE SIENTE SEGURO, CERRARÁ LOS OJOS Y RONRONEARÁ SUAVEMENTE "COMO SI FUERA UN GATO".



# TODOS LOS MARTES



Y LOS JUEVES "JUEGA CON ojo"





# CRUCINÚMEROS

## 2 CIFRAS

12 - 24 - 28 - 29  
34 - 35 - 41 - 42  
46 - 51 - 58 - 84

## 3 CIFRAS

151 - 153 - 162 - 337  
420 - 459 - 516 - 526  
529 - 631 - 819 - 836  
846 - 866 - 916 - 936

## 4 CIFRAS

3183 - 5383 - 9418

## 5 CIFRAS

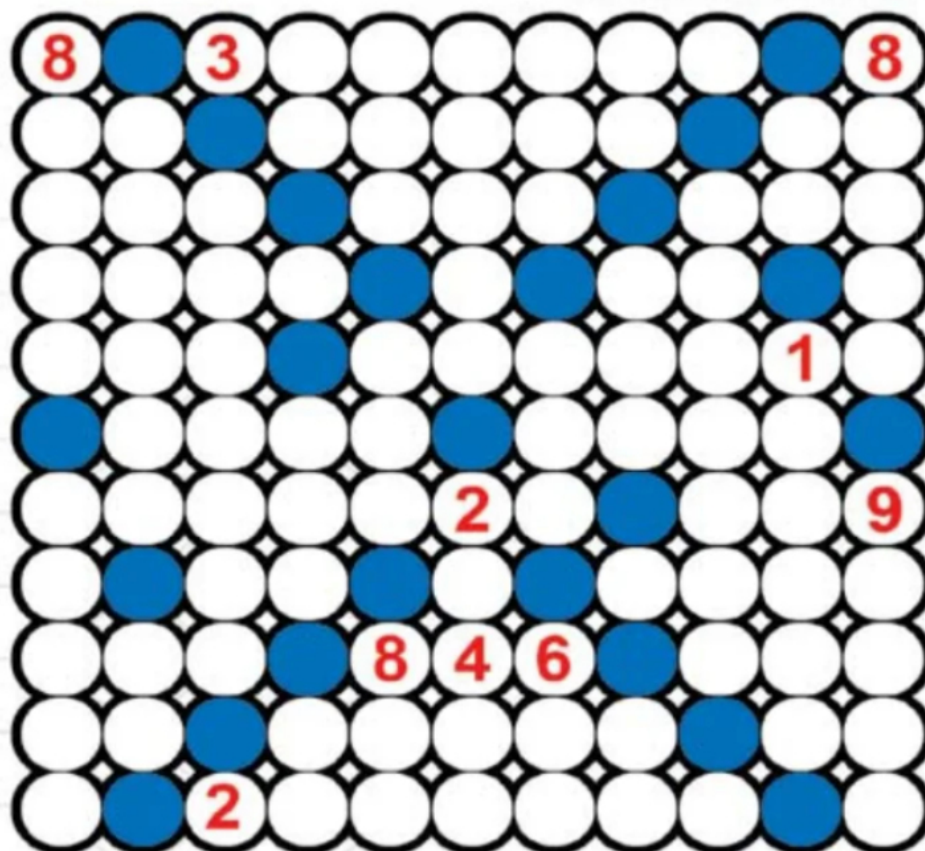
14129 - 21128  
22417 - 25164  
53134 - 81247  
82195 - 93641

## 6 CIFRAS

162818 - 454256

## 7 CIFRAS

1549515 - 1621620  
2167128 - 3142831  
3163221 - 9843417



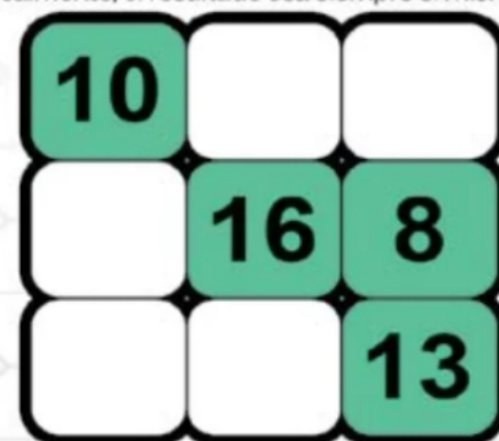
Ubica en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.



¡Únete y pásalo de lo lindo con tu familia!



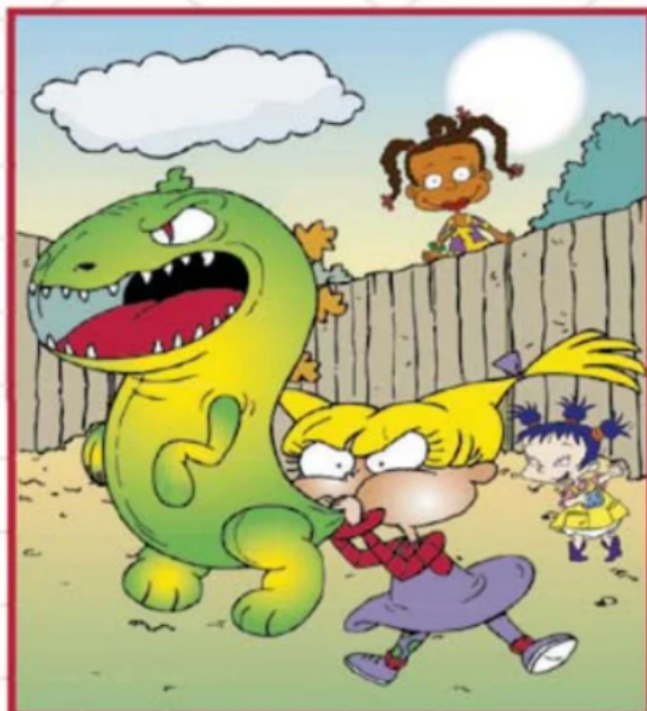
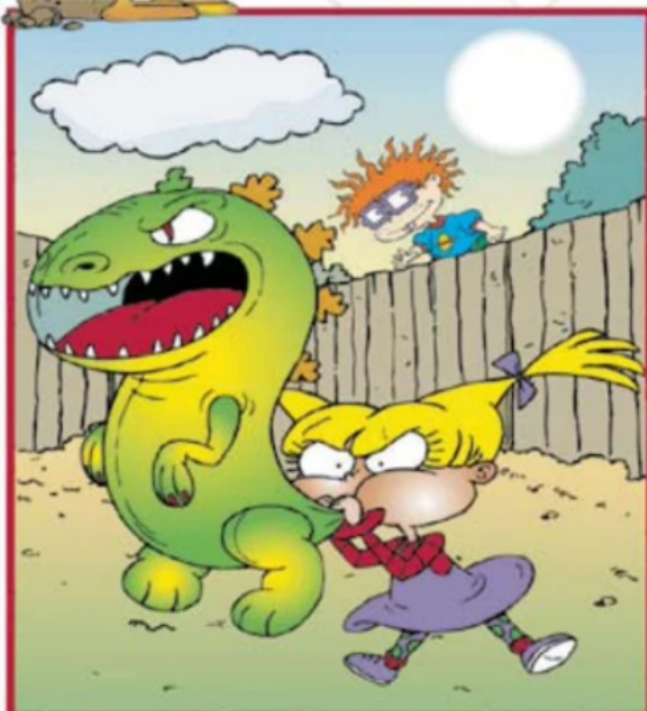
Coloque en las casillas en blanco los números que están fuera del recuadro, de modo que, al sumar horizontal o verticalmente, el resultado sea siempre el mismo (36).



9 11 12 14 15

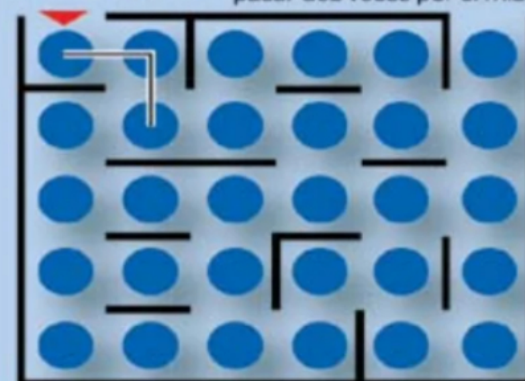
## 9 DIFERENCIAS

A simple vista son cuadros idénticos, pero hay nueve diferencias. ¡Encuétralas!



## CAMINO

Tocar todos los círculos sin pasar dos veces por el mismo.





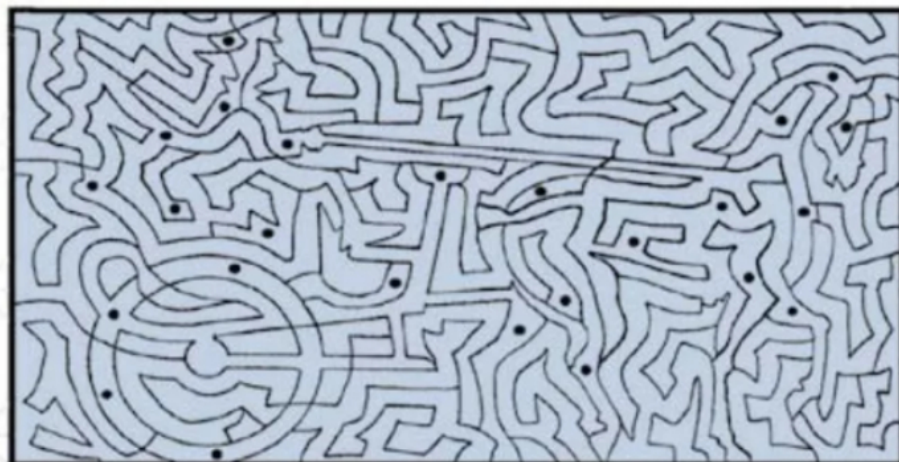
## LABERINTO

SALIDA

LLEGADA

## SOMBREAR

... Los espacios con puntos.



## SÍMBOLOS

Escriba bajo los símbolos las letras correspondientes y aparecerá un pensamiento.

★	✈	✱	☀	✚	⌚	✂	@	#	+	✿	+	☀	✚
N	T	R	Z	E	V	I	L	A	B	C	U	S	D

+	+	☀	✿	#	@	#	★	#	✈	+	✱	#	@	✚	☀	#
✚	★	✚	@	@	#	✚	☀	✈	#	@	#	⌚	✂	✚	#	

© 2024 OJO. Todos los derechos reservados.

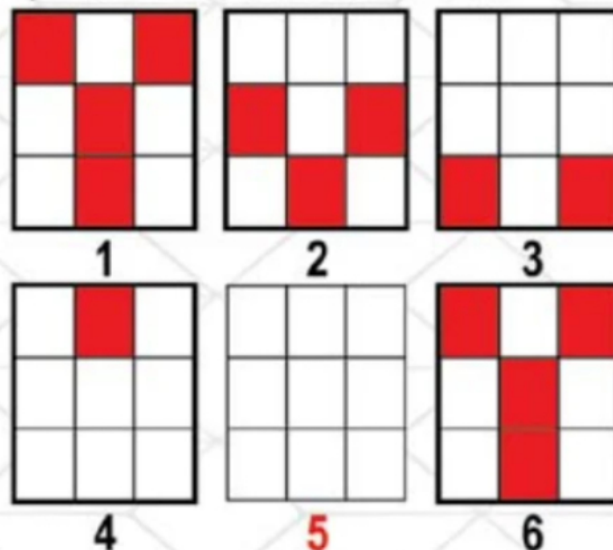
## PONTE MOSCA CON EL SUDOKU

8				9				1
	7		6		8		4	
		4		3		8		
	5			8			1	
9		1	5		3	7		6
	4			6			5	
		8		7		1		
	9		8		5		3	
7				2				4

8				6				3
	7		5		3			8
		6		8		2		
5				7		4		
	2		8		4		3	
		8		3				7
		9		4				6
	6		3		9		1	
1				2		3		

## AL TOQUE

Colorea el quinto esquema de modo que no se altere la secuencia.





ALIMENTOS PROHIBIDOS PARA PACIENTES  
CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La dieta puede tener un gran impacto en la presión arterial y hay alimentos que agravan esta condición como la sal o el sodio, la azúcar (especialmente la fructosa), los embutidos, las grasas trans y las grasas saturadas.

LA COLUMNA  
DE PÉREZ-ALBELABENEFICIOS  
DE SALTAR  
EN TRAMPOLÍN

**S**e puede encontrar de diversos tamaños, desde trampolines pequeños utilizados en interiores hasta grandes trampolines de jardín. Saltar sobre ellos implica rebotar de manera rítmica, utilizando el impulso para elevarse y caer repetidamente sobre la superficie elástica.

El trampolín moderno fue desarrollado en 1936 por George Nissen, un gimnasta y entrenador estadounidense. Nissen, inspirado por la necesidad de mejorar los entrenamientos de gimnasia y acrobacias, creó un aparato que permitía a los atletas practicar sus habilidades con mayor seguridad y eficacia.

**1. Mejora de la condición cardiovascular.** Saltar en trampolín es un ejercicio aeróbico eficaz que aumenta la frecuencia cardíaca y mejora la circulación sanguínea. Esto fortalece el corazón y los pulmones, mejorando la capacidad cardiovascular y la resistencia.

**2. Fortalecimiento muscular.** El rebote en un trampolín ejercita varios grupos musculares, incluidos los músculos de las piernas, el núcleo y la parte superior del cuerpo.

**3. Bajo impacto en las articulaciones.** A diferencia de correr o saltar en superficies duras, el trampolín absorbe gran parte del impacto, reduciendo la presión sobre las articulaciones y los huesos. Esto hace que sea una opción ideal para personas con problemas en las articulaciones.

**4. Sistema linfático saludable.** El movimiento rítmico del salto ayuda a estimular el sistema linfático, promoviendo la eliminación de toxinas y mejorando la función inmunológica.

**5. Beneficios para la salud mental.** El ejercicio en trampolín libera endorfinas, reduce el estrés, la ansiedad y mejora el estado de ánimo general. Además, la naturaleza lúdica de saltar es una fuente de alegría y diversión.

**“EL EJERCICIO EN TRAMPOLÍN LIBERA ENDORFINAS, REDUCE EL ESTRÉS, LA ANSIEDAD Y MEJORA EL ESTADO DE ÁNIMO GENERAL. ADEMÁS, LA NATURALEZA LÚDICA DE SALTAR ES UNA FUENTE DE ALEGRÍA Y DIVERSIÓN.”**

Instagram: [perezalbela](#) Facebook: [Dr. José Luis Pérez-Albela B.](#)

Citas: 936098953 Oficina: 2818677

TIPS DE  
SALUDTOMAR AGUA CON  
LIMÓN EN AYUNAS

Este remedio casero ayuda al proceso de digestión, también calma la acidez estomacal y la hinchazón.

DATOS  
CURIOSOS

**74 %**  
DE LOS POLICÍAS  
evaluados en 2023 presenta  
sobrepeso u obesidad,  
según el programa Punto  
Final.

**15 %**  
DE LAS MUERTES  
prematuras en nuestro  
país son causadas  
por los accidentes  
cerebrovasculares  
(ACV).

¿SABÍAS  
QUE?EL FÉMUR ES EL  
HUESO MÁS LARGO

También llamado hueso del muslo, el fémur es el hueso más largo, más grande y más pesado del cuerpo.



EN ESTA EDICIÓN REÚNE TODOS SUS CONOCIMIENTOS  
EN MEDICINA Y NUTRICIÓN INTEGRATIVA

Doctor Albela  
presenta su  
libro “Somos  
energía”

MASSIEL CARDOZA  
[massiel.cardoza@prensamart.pe](mailto:massiel.cardoza@prensamart.pe)

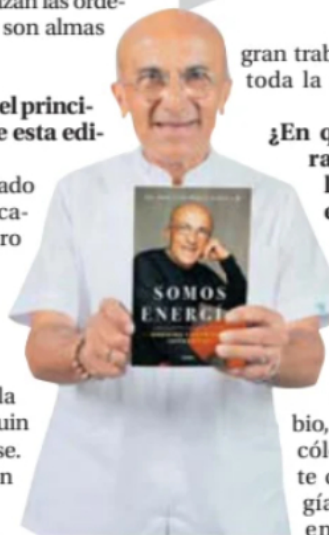
“Somos energía” es el noveno libro del doctor José Luis Pérez-Albela, una edición que curiosamente le ha tomado casi 9 años para ver la luz y a través de la cual invita a alcanzar un equilibrio integral mediante la adopción de hábitos saludables y de una nutrición que no solo alimente el organismo, sino también las emociones y el alma.

“Somos energía” es su noveno libro, ¿cuál es el objetivo de esta edición?

Uno de los objetivos es que se comprenda que los niños tienen una energía superior y que se deje de medicarlos tanto. Enseñarles con el ejemplo, los niños rechazan las órdenes verticales, son almas viejas.

¿Cuál ha sido el principal desafío de esta edición?

Me ha tomado 9 años prácticamente. Primero cinco, luego lo dejé por la pandemia y lo retomé cuatro años después con la editorial Penguin Random House. Me designaron un corrector y ha sido un



gran trabajo sintetizar toda la información.

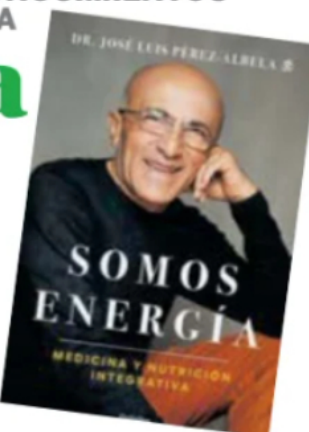
¿En qué considera que radica la fuente de energía de los seres humanos?

La mayor fuente de energía es el sol y la risa. En cambio, un ataque de cólera, de rabia, te quita la energía. Para tener energía debe-

**11**  
DE AGOSTO  
a las 8 a. m. el doctor  
Albela presentará una  
conferencia en el C.C.  
Daniel Alcides Carrión  
para hablar de su libro  
“Somos energía”.

**ojo al  
dato**

“Somos energía” está disponible en [www.penguinlibros.com](http://www.penguinlibros.com) y otras importantes librerías como Crisol, El Virrey, Librería SUR, entre otras, a S/69.



mos ser árboles caminantes, con las raíces bien conectadas a la tierra; ser agradecidos; ir al mar es salud, te da hambre, y las caídas de agua te limpian el aura, la piel del alma.

¿De qué manera impacta la energía en los órganos?

En mi libro hay un cuadro con esta información. Por ejemplo, el intestino grueso debe funcionar entre 5 a 7 de la mañana. Si tú comes a la medianoche el intestino se queda dormido, si tomas tranquilizantes también, eso se llama el biorritmo de cada órgano. Cuando se respeta nos rejuvenecemos y la energía desborda.

¿Qué acciones debemos realizar para alcanzar un equilibrio integral?

El ayuno, moverse y descargar los rencores. También la labor manual, la higiene y la siesta, que son los secretos de mi papá que va a cumplir 100 años, el 12 de octubre, fecha en la que yo celebro 38 años en la televisión. Y consumir alimentos con magnesio.

¿Cuáles considera los peores hábitos de los peruanos?

Que la gente coma muy apurada, que se mueva poco y que nos comparemos mucho. Otro error tremendo es tener complejo de juez supremo. Si quieres ser una mejor persona cada amanecer es una mini resurrección, un reto, una oportunidad.



# CRACK ojo

**“Guerreros” y celestes siguen entre los primeros del Clausura**

**P**artidazo. Los casi tres mil metros de altura, en los que se encuentra Andahuaylas, no fueron impedimento para que Chankas (5° con 7) y Sporting Cristal (4° con 7) brindaran uno de los mejores encuentros en lo que va de año. El 3-3 con el que terminó el choque, tuvo todos los ingredientes que le gustan al aficionado. Por eso, el público que llenó el estadio local, los cerros y las viviendas aledañas terminó más que satisfecho con la exhibición de ambas escuadras.

Cada uno con sus armas, salió en busca de los tres puntos, los dueños de casa con ritmo y los cervceros controlando el balón para aprovechar al máximo sus ocasiones. Marlon Ruidias a los 22' y 31', con disparos desde fuera del área, complicó a los cervceros, pero también fue un dolor de cabeza para los suyos, ya que a los 33' le cometió penal a Fernando Pacheco. Martín Cauteruccio, con la frialdad que lo caracteriza y puso el 1-0. Antes que terminen los primeros 45', José Miguel Manzaneda, con disparo desde fuera del área, puso el 1-1 para el cuadro de Pablo Bossi que se fue expulsado por reclamar. El disparo del ex jugador de Municipal, Alianza y Alianza Atlético sorprendió a un Diego Enríquez que nada pudo hacer. Este tanto hizo justicia a lo que ocurrió en la primera parte.

Para el complemento, Cristal arriesgó e hizo tres cambios. Ingresaron Jostin Alarcón, el debutante Francisco Romero y Martín Távara por Jesús Pretel, Fernando Pacheco y Leandro Sosa respectivamente.

Las variantes le funcionaron a Guillermo Farré y cuando se jugaban 62', Martín Cauteruccio aprovechó un rebote del “Canguro” Daniel Ferreyra y adelantó a los del Rímac. Chankas reaccionó y seis minutos más tarde puso el 2-2. Oshiro Takeuchi encaró a Alejandro Pósito y el zaguero le hizo penal. El capitán local Carlos López ejecutó el tiro desde los doce pasos y venció el arco visitante.

El partido siguió siendo de ida y vuelta, y a los 76' otra vez José Miguel Manzaneda, el mejor jugador de los dueños de casa, anotó. El 7 de los de Andahuaylas sacó un remate colocado que hizo vibrar a los hinchas de Chankas. Cristal no se vino abajo y siguió peleando, Irvén Ávila, que reemplazó a Alejandro Pósito, avisó de las intenciones rimenses a los 82' con un cabezazo a las manos de Ferreyra. Cuando el aficionado de Andahuaylas empezaba con los “oles”, Nicolás Pasquini fue en búsqueda de un buen centro de Gilmar Lora y Ederson Mogollón le hizo penal. El inefable Cauteruccio (84') transformó en gol el tiro desde los doce pasos y llegó a los 27 goles con los celestes. Sobre el final, Manzaneda pudo redondear su faena con un nuevo tanto, pero esta vez el golero Enríquez detuvo su disparo. En la última jugada del partido, el uruguayo Romero hizo falta a Mogollón y el árbitro Diego Haro le mostró la segunda amarilla y lo mandó a las duchas. El empate es justo por donde se le mire, ambos cuadros ofrecieron espectáculo y no merecían perder.

**CHANKAS Y CRISTAL  
TERMINARON  
3-3 CON BUENAS  
ACTUACIONES DE  
JOSÉ MANZANEDA  
Y MARTÍN  
CAUTERUCCIO, QUE  
ANOTÓ UN “HAT  
TRICK”**

# PARTIDAZO DE ALTURA





# FIR MA DOS

**Siento que es momento, después de 22 años de estar dando vueltas por ahí, de volver a mi país y hacer algo por él**

**JAVIER AGUIRRE**  
Entrenador  
de México



**“He trabajado durante cuatro años para ganarme estar en los JJOO. ¿Para qué? Para que no me inscriban. Esto es algo increíble y me duele**

**FAVOUR  
OFILI**  
Velocista  
de  
Nigeria



**“ Hay que respetar la opinión de los hinchas. Ellos tienen todo el derecho a expresarse de la forma que lo consideren ”**

**BRUNO MARIONI**  
Director de Alianza Lima



**“A partir de ahora, esto es todo para mí como entrenador. No renuncié por capricho, sino fue una decisión general**

**JÜRGEN KLOPP**  
Ex técnico  
del  
Liverpool



## “ROJINEGROS” GANARON 1-0 A UNIVERSITARIO

# Melgar puso la garra



■ Encuentro terminó con un enfrentamiento entre los jugadores de ambos equipos.

**➔ REDACCIÓN OJO**  
redaccion@prensamart.pe

**E**l león sacó la garra. Melgar (1° con 9), con diez jugadores más de media hora, hizo respetar la casa y le ganó 1-0 a Universitario (5° con 7) en Arequipa. El cuadro "rojinegro" se creció ante la adversidad y confirmó que es un serio candidato para pelear el Clausura.

Los pupilos de Marco Valencia dejaron todo en el campo ante un cuadro crema que adoleció de claridad. La "U" empezó mejor el encuentro, al minuto, Martín Pérez Guedes tuvo una clara ocasión para adelantar a los merengues, pero su remate



**Ayer, por la cuarta fecha del Clausura: Grau 3-0 C.Unidos; C.Mannucci 3-2 ADT. Hoy: (3:00 P.M) UTC vs Alianza Atlético.**

salió desviado. Luego de esta acción, el encuentro se hizo friccionado y el fútbol brilló por su ausencia. Ni Edison Flores, ni Jairo Concha estuvieron acertados y eso lo sintió mucho el cuadro de Fabián Bustos.

En los "rojinegros", la entrega fue su arma principal y con eso le alcanzó para neutralizar a un Universitario sin ideas.

La acción que pudo definir el choque llegó a los 59'. Edison Flores trabó a Horacio Orzán, que en su caída pateó a Alex Valera. Jesús Cartagena sacó amarilla al argentino, pero luego de revisar el VAR, lo expulsó. Lejos de sacar provecho a la expulsión, los cremas se "durmieron" y al minuto, Leonel Galeano (65') de cabeza puso el 1-0.

Tras este tanto, los cremas reaccionaron y a los 68' Alex Valera puso el 1-1. Sin embargo, el delantero empujó a Horacio Orzán y el árbitro, luego de consultar el videoarbitraje, anuló la conquista.

En lo que quedó del partido la "U" intentó todo lo que no hizo antes, pero no le alcanzó y volvió a perder en altura.

**POR LESIÓN  
WATERMAN PASA  
POR EL QUIRÓFANO**

Siguen las malas noticias en Matute. A la salida de Alejandro Restrepo y el mal juego del equipo, se sumó la confirmación de la lesión de Cecilio Waterman. El panameño presenta una



luxofractura glenohumeral derecho que lo obligará a pasar por el quirófano. El plazo para su recuperación es mínimo de dos meses, por lo que se perderá lo que resta del campeonato. Por otro lado, los íntimos siguen en busca de entrenador y el argentino Mariano Soso tiene más opciones.

# LA COLUMA DE EL OJÓN



**EL CAPITÁN DEL FUTURO SIGUE  
SIN ENCONTRAR SU PRESENTE**

**H**ola, holaa, holaaaaa, holaaaaaaa mi gen-  
tita, llego más embaldado que el "Nono"  
peleándose con un periodista y lanzan-  
do ajos y cebollas porque no le gusta es-  
cuchar una crítica. La verdad es que el tío es así desde  
que entrenaba a los de Ate y hacía berrinches cuan-  
do le expulsaban un jugador o su equipo no ganaba.  
Parece que no se da cuenta que agarró un equipo  
colero en las Eliminatorias y que sigue jugando pési-  
mo como en las épocas del "antipático". Si así se pone  
porque le dicen un par de verdades no quiero ni pen-  
sar qué dirá cuando Colombia venga a pasarnos por  
encima en setiembre. ¡CHEEEEESSSSS!



Me llaman desde el “Viejo Continente” para decirme que eso de que el “Capitán del Futuro” tenía ofertas desde la Premier League, la Bundesliga o Arabia era puro “verso” de sus representantes para que el jugador no se bajonee. La verdad es que ni siquiera desde la segunda de España le enviaron una propuesta y sigue en el aire. Cuidado que lo vemos al final jugando en la tercera división de Qatar y algunos dirán que la va a romper. ¡OJITO, OJITO!

Y los celestes al final vendieron a su "Joya", y para que el nuevo entrenador no se incomode, le traerán al exdelantero del "Dominó" y a un volante que hace un par de años no destaca. No entiendo cómo le van a exigir así que entre a fase de grupos de la Copa Libertadores 2025. El equipo se mandó dos goleadas, pero ambas contra los rosados y el "Papá" que tienen defensas que parecen cortinas. Y le anticipo a todos los hinchas celestes que se preparen porque se seguirán quedando sin futbolistas de nivel, ya que ahora los dueños todo lo ven recuperar sus inversiones y por eso también lo mandaron a Brasil a Ignacio. No les extraña que lo vendan a González o a su goleador en este mes. ¡HUUUUUMMMM!



Una última antes de quitarme y viene desde Matute. Me comentan que varios jugadores no querían que lo saquen al entrenador colombiano porque ya le estaban agarrando la mano a su sistema. Cuidado que le ponen mala cara al técnico que va a llegar. Ahora sí me quito a tomar un hilicano que reponga fuerzas y me dé calorcito con estas lluvias. ¡CHAAAAUUUUU!





### REEMPLAZARÁ A DEMICHELIS "MUÑECO" GALLARDO VUELVE A RIVER

Marcelo Gallardo, el técnico más ganador de la historia de River Plate, será presentado el próximo lunes como nuevo entrenador de los "millonarios" hasta fines del 2025. El "Muñeco", que viene de fracasar en el fútbol árabe con el Al-Ittihad, reemplazará a Martín Demichelis, que si bien es cierto obtuvo tres campeonatos, nunca se ganó el aprecio del hincha.

■ No le fue bien en Arabia.

### SURFISTA PERUANO YA ESTÁ ENTRE LOS OCHO MEJORES

## Alonso Correa va por la gloria en París



■ Surfista peruano lleva un mes entrenando.

Una cita con la historia. Es la que tiene hoy desde el mediodía en las aguas de la Polinesia Francesa, Alonso Correa en los Juegos Olímpicos. El surfista peruano participará en los cuartos de final con la mirada puesta en la lucha por las medallas. Enfrentará al japonés Reo Inabe en el primer heat de la prueba que se viene suspendiendo hace unos días por las malas condiciones climatológicas.

El bautizado como "Señor de los Mares", que ya se adjudicó un diploma por meterse al grupo de los mejores ocho tablistas del mundo, romperá los fuegos en la playa de Teahupo'o y llega muy motivado ya que, en su primera participación en unos Juegos, ya dejó en el camino a figuras como el japonés Kanoa Iragashi (plata en Tokio 2020) y al brasileño Filipe Toledo, doble campeón del mundo.

## LENTE BOCÓN

### HERMANAS PALACIOS DICEN ADIÓS

Las remeros Alessia y Valeria Palacios culminaron su participación en París 2024 en el puesto 14 en la tabla general de la modalidad doble scull femenino.



POR:  
JAVIER  
CABELLO



## PARÍS, PRÓXIMO DESTINO

**L**uego de ver la sorprendente e histórica inauguración de los Juegos Olímpicos de París 2024, estoy totalmente convencido que mi próximo destino es Francia. Recuerdo que lo más cercano que pude estar hace algunos años fue cuando el avión donde viajaba con rumbo a Polonia pasó por cielo francés. Cuando viajo busco realizar escalas o conexiones en distintos países antes de llegar a mi ansiado destino con la finalidad de conocer, aunque pocas horas, distintas ciudades y que quizás nunca más vuelva. Lamentablemente, cuando viajé al continente europeo, el país de Napoleón Bonaparte y Kylian Mbappé no estaba entre las ciudades donde iba a llegar. Por lo menos me conformaba en conocer el gigantesco aeropuerto Charles de Gaulle, ubicado a 22 kilómetros del centro de París, pero no sucedió.

Si hubiera llegado, al toque entraba a un restaurante del terminal aéreo y pedía un par de platos típicos de la exquisita comida francesa. Probablemente una soupe à l'oignons (sopa de cebolla) y una ratatouille (estofado de diferentes hortalizas). Sí, este último manjar tiene el mismo nombre que la taquillera y galardonada película de animación "Ratatouille", la cual ganó un Oscar en el 2007.

Ahora espero con ansias el próximo verano para alistar mi mochila y comenzar a viajar por el mundo. Estoy seguro que lo primero que realizaré cuando baje del avión y llegue a la "Ciudad del Amor", como así es conocido París, es dirigirme de frente al cementerio de Montparnasse, donde reposan los restos de nuestro gran poeta César Vallejo. En su tumba nunca faltan las flores debido a que es muy visitado por los peruanos así como sus seguidores de diversos países del planeta. Muchos al llegar lloran y recuerdan lo vivido por Vallejo en un país ajeno. "Busqué rápidamente donde estaba sepultado nuestro poeta César Vallejo. Al llegar había mucha gente alrededor de la tumba. Dije en voz baja 'Qué tal destino de los artistas, venirse a morir aquí, debería estar en el Perú. Qué pena, carajo'. No pude contener las lágrimas", confesó en una en-

trevista el excéntrico Hernán Condori, conocido como "Cachuca", líder de la banda de rock "Los Mojarra". "Cachuca" visitó Francia en 1996 durante una fabulosa gira por doce ciudades europeas, pero esa es otra historia.

Recuerdo que dos años después, en 1998, veía por televisión la inauguración del Mundial de Fútbol en Francia. En mi antiguo y pesado televisor de la marca Tatung Dynamic, que funcionaba con perillas y tenías que pararte para cambiar los canales, algunos utilizaban un alicate, ya que no existía aún el control remoto, veía y escuchaba la transmisión del recordado periodista Mickey Rospigliosi en Panamericana Televisión. Aún no puedo entender lo muy cercana que estuvo la clasificación de la selección peruana de Roberto "Chorri" Palacios, Nolberto Solano y Juan Reynoso a dicho certamen deportivo. La Blanquiroja no pudo clasificar por tener más goles

en contra y Chile se ganó el cupo de participar. ¡Nos quedamos por goles!

Mi viejo televisor que aún lo tengo y ahora se ha convertido en una pieza de colección, permanece guardado en casa, en el almacén de las cosas en desuso. Ha sido testigo de mis noches de insomnio mirando las películas de los programas Función Estelar y Cine Millonario en la década de los 90 en canal 2, llamado en ese entonces Frecuencia

Latina. ¡Qué época! Esos recuerdos me entristecen porque no volverán. Mejor vuelvo a la realidad y no puedo olvidar que desde cuando me encontraba en la universidad tenía el sueño de algún día de viajar a la "Ciudad de la Luz", como es también conocida la capital de Francia. En esa etapa universitaria me contentaba solo con ingresar a ver una película en el mítico cine "Le Paris", en la avenida Nicolás de Pierola, exColmena, en pleno Centro de Lima. Su mayor esplendor fue en la década de los 50 y 60, pero en la actualidad ya no funciona.

Pronto estaré paseando por el malecón del fantástico río Sena, visitando la Torre Eiffel, el Arco del Triunfo, los Campos Elíseos, la catedral de Notre-Dame, el Museo de Louvre entre otros atractivos turísticos franceses. Mejor me voy a dormir para seguir soñando. Nos vemos.





## PIURA

REDACCIÓN OJO  
redaccion@prensamart.pe

ATRACO EN PUERTA DE TERMINAL TERRESTRE

Roban 80 mil  
soles a cambista

**A** balazos y a plena luz del día, una banda de "marcas" robó 80 mil soles a un cambista, en el distrito de Castilla, en Piura.

Ocurrió en inmediaciones del terminal terrestre.

El cambista y su esposa llegaron de la ciudad de Tambogrande en un automóvil blanco para realizar compras por el cumpleaños de su hija, a celebrar en familia.

**ATRACO** De un momento a otro, aparecieron cuatro hampones en dos motocicletas y encañonaron al cambista, a quien arrebataron

el canguro donde llevaba todo su dinero.

Una vez con el botín, los maleantes realizaron varios disparos al aire para evitar que alguien los siga y así lograron escapar.

ojo al  
dato

Policías de la Divinci  
vienen analizando las  
imágenes de la cámaras de  
seguridad para dar con los  
delincuentes.



■ La Policía investiga el asalto.

## MOQUEGUA

SOLDADOR QUE QUEMÓ A SU  
ESPOSA SE VA PRESO 9 MESES

**MOQUEGUA.** El soldador Vidal Callomamani Callomamani (32) fue recluido en el penal de Samegua, en Moquegua, luego de que la jueza Jackie Mariñas Soto ordenó nueve meses de prisión preventiva en su contra por el delito de tentativa de femicidio, tras quemar a su conviviente Sonia Chagua Quispe (29).



TODOS LOS  
DÍAS LA MEJOR  
INFORMACIÓN

ojo y ojo.pe



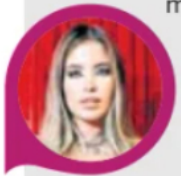




Estas malas lenguas llegan con hartito "chimi chimi"... **ANDREA LLOSA** aprovechó los días de feriado para darse una "escapadita" a Arequipa y lo hizo acompañada de su novio. Bien por ella...



**PAMELA LÓPEZ** llegó ayer a Perú, luego de su gira por Europa y lo primero que le preguntaron fue por el chape de su ex, **CHRISTIAN DOMÍNGUEZ** y **KARLA TARAZONA**...



**FLAVIA LAOS**

y sus compañeros del reality de Netflix fueron a disfrutar de una

partido de fútbol en Estados Unidos, y cerquita de ellos estaba **JUSTIN BIEBER**, así que subió unos videos del cantante canadiense...

**DIANA SÁNCHEZ** dice que la competencia, en esta temporada de "El gran chef famosos" está muy fuerte y que el jurado les exige mucho y ella está poniendo todo el punche para llegar a la final...

Nos vamos, nos vemos mañana.



**ÉRIKA REGRESA A LAS TABLAS.** Érika Villalobos regresa al teatro con la obra "Madre", junto a Paul Martín, que se estrena el 3 de octubre en el teatro De Lucía. La obra narra las desventuras de una madre cuyos hijos abandonan el hogar y tiene un marido que la engaña.



**OJOSHOW** | 17

# Maritere critica look y mensaje de Dina

DICE QUE SUS FALDAS FUERON MUY ANCHAS Y QUE DISCURSO DEBE TENER SU "CARNECITA"

■ CARLA CHEVEZ

**M**aritere Braschi, en el marco del lanzamiento de la campaña de Latina y Rímac, "Juntos por la prevención en sismos", se refirió a los looks de la presidenta Dina Boluarte y la supuesta frase "tu mamá" que la mandataria le habría dicho a un transeúnte que le gritó "corrupta".

"Sí creo que el primer vestido, el blanco, era de un blanco muy fuerte. Debí usar un color hueso. La falda muy larga, y por el clima pienso que debí usar un sastre, un abrigo. El 29 me gustaron los colores de la falda y el bordado, pero una vez más siento que la falda era muy grande, ancha. creo que a ella le quedaría un bonito sastre, algo más sobrio", dijo.

- También se le criticó por el mensaje de cinco horas tras un largo silencio de más de 123 días con la prensa.

Bueno, si tú no hablas tantos días y luego un día tienes una verborrea de cinco horas, llama la atención. Los mensajes tienen



■ DINA BOLUARTE PRESIDENTA

**ojo al dato**

Periodista es la imagen de la campaña "Juntos por la prevención en sismos" de Latina y Rímac que fue lanzada ayer en el canal de San Felipe.

que ser concisos, breves y tienen que tener su "carnequita".

Sobre la frase "tu mamá", la periodista dijo que, en líneas generales, los personajes públicos están expuestos al escrutinio y "hay que pensar antes de responder".

■ Braschi no aprueba outfit de la mandataria.



■ Pasó las Fiestas Patrias en el norte, en familia.

DICE QUE ES UNA CUESTIÓN DE DECISIÓN

## Maju sí da segundas oportunidades

Maju Mantilla señaló que las "segundas oportunidades" que se le puede dar a una persona, en cualquier aspecto de la vida, dependen de cada uno y de la decisión que tengan por cambiar.

"Soy una mujer que da mucho amor en general, soy muy cariñosa y siempre espero recibir cariño y amor. En general, no hablo de una relación de pareja, pero creo que depende de uno que las cosas cambien, mejoren y seguir adelante. Todo es una decisión, el dar segundas oportunidades también depende de cada uno, de cada historia, yo no podría opinar sobre lo que viven otras personas", dijo Maju, quien apoya la campaña "Juntos por la prevención en sismos" de Latina y Rímac. (C. Ch)



■ Conductora se describe como una mujer que da mucho amor y es cariñosa.

Y LLORÓ DE EMOCIÓN

## Génesis se recibió de abogada

Génesis Tapia se emocionó hasta las lágrimas tras haber culminado con éxito su carrera de Derecho.

"El 18 de julio terminé la universidad, ahora estoy gestionando mi bachiller y viendo la sustentación de mi título. Me llena de satisfacción y orgullo porque terminé la carrera con beca de excelencia y buenas calificaciones", expresó Tapia.





EL FASCINANTE RELATO DE LA HISTORIA DE LA HUMANIDAD.

## DESCUBRIR Q LA HISTORIA

Con **Descubrir la historia** disfruta al leer y conocer los grandes hechos del pasado y sus protagonistas.YA A LA  
VENTASON 60 LIBROS  
GENIALES

- » Frases célebres
- » Mapas
- » Fotografías
- » Líneas cronológicas
- » Curiosidades

Realiza tu pedido  
al número

988 070 096

Adquiere en tu QUIOSCO más cercano  
[www.coleccioneselcomercio.pe](http://www.coleccioneselcomercio.pe)[www.coleccioneselcomercio.pe](http://www.coleccioneselcomercio.pe) | [/coleccioneselcomercio.pe](https://t.me/coleccioneselcomercio)

colecciones.elcomercio

Promoción válida a nivel nacional. Del 14 de setiembre del 2023  
al 25 de agosto del 2024 o hasta agotar stock.

Stock disponible: 2500 unidades.

ENTREGA 41:

LA  
UNIFICACIÓN  
ALEMANAA SÓLO:  
S/ 30.00

COLECCIONES

Karla: “Solo  
fue un pico con  
Christian”DICE QUE NO HAY QUE  
OFICIALIZAR Y NADIE TIENE  
DERECHO AJUZGARLOSREDACCIÓN OJO  
[redaccion@prensamart.pe](mailto:redaccion@prensamart.pe)

La conductora de “Préndete”, Karla Tarazona, negó que haya retomado su relación amorosa con Christian Domínguez, a raíz de las imágenes que difundió “Magaly Tv, la firme” donde se ve que la pareja se da un beso durante la celebración del cumpleaños del cantante.

“No es un ampay lo que han sacado, porque un ampay es cuando te estás escondiendo de alguien o de algo. Fue un “pico”; lo que ven ahí, es lo que hay, no hay más. Un beso no es símbolo de oficializar a alguien. Fue parte del momento o de la emoción. ¿Si antes nos hemos dado un beso? No. Si hubiera pasado, ya lo hubieran visto”, expresó Tarazona en su programa radial “Power sensuales”.

Asimismo, Tarazona indicó que nadie tiene derecho a juzgarlos ni criticarlos porque ambos están solteros y resaltaron que no le están haciendo daño a nadie.

“Nadie se está escondiendo porque no se está haciendo daño a ninguna persona. Somos personas solteras y adultas. Nadie sabe lo que va a pasar mañana y si en algún momento

■ Karla dice que no ha retomado su relación con el padre de su hijo.

CHRISTIAN Y KARLA  
EN PLENO BESO.ojo al  
dato

Karla Tarazona está furiosa con la persona que filtró las imágenes del beso con Christian, y ya sabe su identidad.

tendría que aceptar algo, pues lo haré”, precisó la conductora, quien no tardó en responder a su exesposo, el empresario Rafael Fernández, quien insinuó que la animadora le habría sido infiel con Domínguez.

“Es la persona menos indicada para hacer algún tipo de comentario. Jamás se me ha conocido o señalado por ser infiel o sacar los pies del plato”, sostuvo.

En tanto, Christian Domínguez evitó hablar sobre las imágenes, pero resaltó que ambos se sienten tranquilos, felices y que no le están haciendo daño a nadie.

DICE QUE ES UN PADRE RESPONSABLE

## Luisito cumple con su hijo

El cantante Luisito Sánchez aseguró que es un padre responsable con el hijo en común que tiene con su ex pareja, Leslie Moscoso. “Soy un padre que cumplo con mi hijo. Leslie grabó un video diciendo que me demoro con la mensualidad, pero lo hace por molestar, fue un TikTok que grabamos juntos y fue parte de la broma. Todo bien en ese aspecto”, indicó Sánchez.





**ABOGADO ENTREGADO**

Extranjero, egresado de la profesión de Derecho, está disponible para iniciar una relación amorosa con una mujer guapa y culta.  
977 479 425

**CABALLERO COMPLACIENTE**

Maduro y trabajador de la salud está en busca de una dama menor de 55 años, independiente, simpática y con buen carácter.  
hector\_b6@hotmail.com

**TIERNO Y DE BUENOS MODALES**

De 50 años, sin hijos y trabajador, desea conocer a una mujer entre 24 a 40 años para entablar una amistad con miras a un romance.  
robertlegal74@gmail.com

**INTELIGENTE AMOROSO**

Caballero de 46 años quiere conocer a una dama, con o sin hijos, que radique en Puno, para una relación seria. Fines matrimoniales.  
930 621 018



**AMOR EN REDES**

✉ Escribir a: buzondelamor@prensamart.pe

# CASOS DEL CORAZÓN | 19

## EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA  
996288415



**ARIES** 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL

Podrá darse el gusto de compartir trabajo con alguien calificado y de quien aprenderá mucho. Visita de amigos a quienes estima mucho.



**TAURO** 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO

Podría aparecer la opción de una aventura amorosa que lo hará dudar. No se arriesgue ni un segundo, porque lleva las de perder. Suerte.



**GÉMINIS** 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO

Hoy es un día en el que deberá actuar con precaución en cuestiones de dinero. De ser posible no haga transacciones fuertes.



**CÁNCER** 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO

Concéntrate en adquirir conocimientos profesionales y acumule experiencias desconocidas que lo tengan preparado para todo.



**LEO** 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO

Tendrá más claro sus prioridades profesionales si es capaz, pero primero debe reconocer sus errores e intentar corregirlos. Cuide su salud.



**VIRGO** 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE

No sature a su pareja tratando de intervenir y opinar de todos sus asuntos. Necesita su propio espacio y, si la ama de verdad, debe dárselo.



**LIBRA** 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE

Casi imposible será cumplir con los objetivos laborales de hoy. Tendrá que corregir los errores de quienes trabajan a su lado. Calma.



**ESCORPIO** 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE

La relajación y el descanso le darán más claridad para la siguiente jornada. Le esperan situaciones donde tendrá que pensar más claramente.



**SAGITARIO** 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE

Descubrirá que personas cercanas no han sido del todo honestas con usted. Hable al respecto, pero sin perder la paciencia. Diplomacia.



**CAPRICORNIO** 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO

Deberá parar a esos parientes que constantemente se meten en su relación. Sus constantes intromisiones debilitan la unión de pareja.



**ACUARIO** 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO

Sus superiores observan constantemente su proceder ante situaciones de alta presión laboral. Manténgase alerta y demuestre sus aptitudes.



**PISCIS** 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO

Es imposible que pueda llegar al éxito profesional si suele culpar de los errores a otras personas. Sea más realista y le ira mejor.

**MAGALY MORO**  
magalymoro@prensamart.pe

**L**eandro (36, Surco). Doctora Magaly, me siento la peor escoria del mundo porque me he enamorado de otra mujer estando casado.

Hace dos meses que salgo con Lourdes, la miss de kinder de mi pequeño. Apenas la vi, quedé flechado con su belleza. Es una veinteañera que, además de ser guapa y tener un cuerpo descomunal, es extremadamente tierna. Me derrito por ella.

Lourdes también se siente bastante atraída por mí. Hasta ahora hemos podido mantener en secreto nuestra relación, no obstante, mi pareja empieza a sospechar o eso creo porque ya no me deja recoger a mi hijo del colegio ni quiere que vaya a las reuniones, pero no sé si sabe quien es la chica que me tiene cautivado.

Lourdes me exige que me separe de mi esposa pero, la verdad, yo siento que esta chica es coqueta y no creo ser el único en su vida. A veces me apaga el celular y uno que otro fin de semana no quiere salir conmigo porque asegura que prefiere descansar. No lo creo.



## Me enamoré de la profe de mi hijo

Señora Moro, jamás pensé volver a enamorarme como un chiquillo. Tengo miedo perder a mi familia por una simple ilusión, no obstante, no tengo el valor de alejarme de Lourdes, es adictiva para mí. En la intimidad, es un huracán. ¿Qué hago? Necesito su consejo urgente. No quiero tomar decisiones con la cabeza caliente.

### ojo al consejo

Querido Leandro, no es justo que le seas infiel a tu esposa y mucho menos que estés comparando a ambas mujeres para saber con

cuál quedarte. Además, si Lourdes te da claros indicios que no es sincera, entonces aléjate y no pierdas a tu familia por una aventura pasajera. Aunque lo correcto sería que hables con tu esposa y tengas la valentía de decirle por lo que estás atravesando. Suerte.

### SOLUCIÓN OJOGRAMA ANTERIOR



### CONSEJO SENTIMENTAL



### ¿CÓMO SABER SI SU PAREJA LE TIENE ENVIDIA?

Algunos indicios que pueden revelar envidia en la relación son recibir comentarios negativos o irónicos por parte de su pareja sobre su éxito. También si minimiza o desacredita sus logros o una mirada evasiva cuando comparte una buena noticia.

### RELACIONES LIANA: SALTAR DE UNA PAREJA A OTRA

Algunas personas tienen problemas para terminar una relación y quedarse solas y, casi de inmediato, se involucran en un nuevo amorío. Esta conducta evita la oportunidad de aprender y de mejorar emocionalmente para tomar una buena elección de pareja.







## EL VALOR NUTRICIONAL DEL KIWI

➔ Es un fruto de forma ovoide de color marrón, con piel delgada y áspera, una pulpa de un tono verde intenso y con pequeñas semillas negras comestibles. Esta fruta suele consumirse pelada, sin embargo, hay quienes la ingieren con cáscara.

➔ Dos unidades de kiwi (aprox.100g en total) aportan 61 calorías y pueden cubrir el total del requerimiento de vitamina C en la mayoría de personas (92.7mg más que en 100g de naranja). Asimismo, puede cubrir el 50% de los requerimientos de vitamina K.

➔ El kiwi también contiene calcio, magnesio, potasio, fósforo y zinc. Destaca por su cantidad de fibra soluble (3g). Este tipo de fibra es capaz de dar saciedad, regular la evacuación intestinal y arrastrar colesterol durante el proceso de digestión.

➔ Además, este alimento contiene una enzima que ayuda a la digestión de las proteínas. Es recomendable consumir kiwi junto a alimentos con proteínas que requieren mayor trabajo digestivo como las carnes rojas.

 @sarabusabbah  
 @SaraAbuSabbah  
 941273375  
 @fluyefibra  
 @elarandano oficial

[www.saraabusabbah.com](http://www.saraabusabbah.com)\*

**cataujo@hotmail.com / N° 6334**

